



Parc à la carte

www.gruyerepaysdenhaut.ch

OFFRES ACCESSIBLES



ÉDITION 2023-2024



Les offres du Parc

Chaque année, le Parc présente un programme annuel de sensibilisation à la nature et à la découverte de son territoire dans sa brochure *Parc à la carte*.

Des offres réellement adaptées aux personnes en situation de handicap ou avec des difficultés de mobilité ont été conçues et sont présentées dans les pages suivantes. Toujours ouvertes aux valides, ces activités encouragent la découverte de l'autre et l'entraide.

Certaines activités peuvent être organisées sur mesure pour des groupes. D'autres prestations peuvent compléter ces offres, comme un buffet, un pique-nique du Parc, une nuitée.

Chaque offre est accompagnée d'une fiche descriptive détaillée à télécharger sur le site du Parc www.gruyerepaysdenhaut.ch.

TARIFS

- Les tarifs sont précisés pour chaque offre.
- Les prix sont fixés au plus juste, de manière à rémunérer correctement des professionnels consciencieux.
- Un rabais de 10% est accordé aux membres de l'association du Parc par offre réservée.
- Pour certaines activités, un âge minimal est requis. Le tarif enfant s'applique selon l'âge indiqué dans chaque offre.
- Sur demande au moment de l'inscription, on peut payer une activité ou une commande avec des Grues, monnaie locale complémentaire (www.lagruue-mlc.ch).

INSCRIPTIONS

- Pour participer à une activité du Parc, il est nécessaire de **s'inscrire au plus tard deux jours avant le départ prévu, avant midi**.
- Le Parc se garde le droit d'annuler un événement en raison de la météo, par manque de participants ou pour toute autre raison indépendante de sa volonté.
- Les participants doivent être assurés contre les accidents.
- Sauf indications particulières, les chiens sont les bienvenus, mais tenus en laisse.

Les demandes d'informations et les inscriptions s'effectuent au +41 (0)848 110 888, inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch.

Symboles et légendes

REPÉRER EN UN CLIN D'ŒIL LES SPÉCIFICITÉS DE NOS ACTIVITÉS

- NOUVEAUTÉ** Nouvelle offre Parc à la carte 2023-2024
- FAMILLES** S'adresse particulièrement aux familles
- GRATUIT** Activité offerte par le prestataire ou par le Parc
- GROUPE** Peut être organisée sur mesure pour des groupes ou entreprises
- TP** Le lieu de départ de la randonnée diffère de celui d'arrivée, jonction possible en transports publics.

ACCESSIBILITÉ ET HANDICAP

Le Parc propose des activités adaptables ou spécialement conçues pour les personnes avec un problème de mobilité ou en situation de handicap. Les pictogrammes suivants indiquent les publics concernés. Plus de détails sur les fiches disponibles sur le site internet.



Accessible ou partiellement accessible en fauteuil roulant



Offre en langue des signes (merci de s'annoncer au plus tard 10 jours ouvrables avant l'activité)



Activité adaptée aux personnes avec handicap de la vue



Activité adaptée aux personnes avec déficience intellectuelle

Les bons du Parc

Le Parc propose des bons à faire valoir sur ses offres d'une valeur de 20.-, 50.-, ou 100.-, ou d'acheter des bons pour une activité spécifique.

Informations, inscriptions et commandes de bons ou de pique-niques du Parc :

+41 (0)848 110 888

inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch

Pique-nique du Parc

Un pique-nique, composé de produits labellisés Parc, peut être commandé et dégusté lors d'une activité ou pour toute autre occasion. Renseignements sur www.gruyerepaysdenhaut.ch



Randonnées

FAMILLES 

Samedi 2 septembre 2023

RANDONNÉE CONTÉE

Se laisser le droit de rêver au fil des contes et des légendes narrées par une conteuse de la région. Une randonnée pour toutes et tous, petits et grands, adaptée aux personnes en situation de handicap et accessible aux poussettes et aux chaises roulantes.

Charmey, 14h15-16h30

Dès 4 ans

Minimum 8 adultes, 20 personnes maximum

Tarifs : activité offerte aux enfants (de 4 à 15 ans), adultes (dès 16 ans) 25.- ; inscriptions obligatoires

NOUVEAUTÉ   

Dimanche 27 août 2023

RANDONNÉE SOLIDAIRE AU PIED DES GASTLOSEN

Une randonnée sous le signe de la solidarité et du partage. *GSAB Aventures* en collaboration avec l'association *Différences Solidaires*, propose de découvrir le paysage enchanteur des Gastlosen, un itinéraire idéal pour la randonnée en *Joëlette* (fauteuil de randonnée pour personnes à mobilité réduite), ou en *Quadrix* (fauteuil électrique tout terrain). Le parcours est agrémenté de passages spectaculaires sur la falaise mythique fribourgeoise, paradis des grimpeurs. Une randonnée ouverte à tous mais accessible pour les personnes à mobilité réduite, ainsi que pour celles et ceux qui s'intéressent au pilotage des *Joëlettes*.

Jaun, 9h-15h

Dès 10 ans

Minimum 10 adultes, 20 personnes maximum

Maximum 7 personnes en situation de handicap (3 *Joëlettes* et 4 *Quadrix* disponibles)

Tarifs : enfants (de 10 à 15 ans) 10.-, adultes (dès 16 ans) 50.- ; inscriptions obligatoires

Dimanche 1^{er} octobre 2023

RANDONNÉE SOLIDAIRE AUTOUR DU LAC DE MONTSALVENS

Une randonnée sous le signe de la solidarité et du partage. Avec l'association *Différences Solidaires*, découvrir le tour du lac de Montsalvens, un itinéraire idéal pour la randonnée en *Joëlette* (fauteuil de randonnée pour personnes à mobilité réduite). Le parcours est agrémenté de passages spectaculaires sur le barrage historique de Montsalvens et sur le pont suspendu. Une randonnée pour les personnes à mobilité réduites ainsi que pour celles et ceux qui s'intéressent au pilotage des *Joëlettes*.

Lac de Montsalvens, 9h-15h

Dès 10 ans

Minimum 10 adultes, 20 personnes maximum

Capacité des *Joëlettes* :

maximum 3 personnes à mobilité réduite

Tarifs : enfants (de 10 à 15 ans) 10.-, adultes (dès 16 ans) 50.- ; inscriptions obligatoires

Patrimoine et traditions vivantes

FAMILLES GROUPE 

Samedis 19 août et 21 octobre 2023

DE LA FABRICATION À L'AFFINAGE

La fromagerie de Charmey vous ouvre ses portes. Cette visite permet de comprendre tout le processus de transformation du lait en fromage. Après avoir assisté à la fabrication, visite des caves de la fromagerie où sont affinées les meules de Gruyère AOP et de Vacherin Fribourgeois AOP. Comme il se doit, la matinée se clôt par une dégustation.

Charmey, 9h15-10h40

Dès 6 ans

Minimum 8 personnes, 20 personnes maximum

Tarif : enfants (6-15 ans) 10.-, adultes (dès 16 ans) 20.- ; inscriptions obligatoires

GRATUIT  

Dimanche 17 septembre 2023

SUR LES TRACES DES BARONS DU FROMAGE

Cette promenade longe la voie historique entre le hameau de la Tzintre et la colline de Corbettaz en passant le vieux village de Charmey. Découverte de l'histoire des barons du fromage et des traces qui persistent dans le patrimoine bâti ainsi que le paysage qui en résulte. En la compagnie de Bruno Clément, Charmeyan et collaborateur du Parc, découvrir certains éléments patrimoniaux particuliers : les anciennes caves à fromage, la forge de la Tzintre, le chemin classé à l'inventaire des voies historiques, et bien d'autres.

Charmey, 15h30-18h30

Dès 10 ans

Minimum 5 personnes, 20 personnes maximum

Activité offerte ; inscriptions obligatoires



Les conférences du Parc

GRATUIT 

Mardi 3 octobre 2023

PRODUITS DU TERROIR ET DURABILITÉ DANS LES RÉGIONS DE MONTAGNE

Dans le contexte des changements climatiques et de la dégradation des écosystèmes, comment envisager la pérennité et la durabilité des produits du terroir ? Lors de cette conférence, **Alessandra Roversi**, spécialiste des systèmes alimentaires durables, met en évidence la conciliation entre tradition et progrès, tout en s'inspirant de modèles suisses et de l'arc alpin. En prolongement, dégustation de produits labellisés du Parc et échanges avec le public.

Charmey, Salle associative des Lévanches, 18h30-20h30
Entrée libre, sans inscription

GRATUIT 

Mardi 7 novembre 2023

MARTINET NOIR, ENTRE CIEL ET PIERRES

Des cavernes de la Préhistoire aux puces électroniques, la proximité entre l'homme et le martinet s'est créée sans que ce dernier n'abandonne son insaisissable et fascinante liberté. **Bernard Genton**, spécialiste de l'espèce, présentera en image le Martinet noir, dans l'intimité et les mœurs haut en couleurs de l'oiseau le plus aérien du monde. Il mettra en lumière les récentes et fascinantes découvertes faites au sujet des migrations de l'espèce.

Enney, Auberge de la Couronne, 19h15-21h
Entrée libre, sans inscription

GRATUIT 

Mardi 5 décembre 2023

LA PIERREUSE, UN SITE PROTÉGÉ UNIQUE

La réserve naturelle de la Pierreuse, située sur la commune de Château-d'Œx, a été officiellement reconnue en 1960 par le canton de Vaud. **Antoine Burri**, biologiste et gestionnaire de la réserve pour *Pro Natura Vaud*, remontera aux origines de cette réserve, l'une des plus anciennes et des plus grandes de Suisse romande. Il en présentera la faune et la flore, en évoquant la préservation de ces milieux et la cohabitation avec l'élevage traditionnel.

Château-d'Œx, Hôtel de Ville, 20h-21h30
Entrée libre, sans inscription

GRATUIT 

Mardi 6 février 2024

TOURNAGE ET SCULPTURE SUR BOIS

Le tournage et la sculpture sur bois mettent en valeur de manière artisanale et artistique un matériau noble bien présent dans la région. **Mathias Lecocq**, jeune tourneur et sculpteur sur bois damounais partage sa passion après la diffusion du film de **Pierre Bovet** *L'homme qui parle à l'orée des bois*. Un portrait original de cet artisan designer aux multiples talents.

Château-d'Œx, Cinéma Eden, 20h-21h30
Entrée libre, sans inscription

GRATUIT 

Mardi 5 mars 2024

LA SAISON D'ALPAGE : UN PATRIMOINE VIVANT

La saison d'alpage réunit un ensemble de coutumes et de savoir-faire qui en font un patrimoine vivant, riche et varié. Si les alpages constituent des espaces emblématiques dont la valeur est largement reconnue, les activités humaines qui les façonnent constituent un véritable patrimoine culturel immatériel. Lors de cette conférence, **Julien Vuilleumier**, collaborateur scientifique à l'*Office fédéral de la culture*, mettra en évidence la manière dont la saison d'alpage s'est construite en tant que tradition vivante, jusqu'à la candidature en 2023 au patrimoine culturel immatériel de l'UNESCO. Il discutera également des enjeux pour l'avenir de ces traditions vivantes qui s'inscrivent dans la durabilité et le territoire du Parc.

Charmey, Hôtel Cailler, 20h-21h30
Entrée libre, sans inscription

GRATUIT 

Mardi 2 avril 2024

LA VIE SOCIALE DES CHEVAUX, UN GUIDE POUR DÉCOUVRIR LE LEADERSHIP

L'observation de la vie sociale des troupeaux de chevaux aide à améliorer le leadership, en entreprise ou dans le cadre familial. **Carine Morier-Genoud**, équitoch, présente les liens entre l'organisation sociale des familles de chevaux et notre compréhension du leadership. Elle mettra en évidence la manière dont la loi du troupeau éclaire dans le domaine de la résolution de conflit et révèle les atouts d'un bon meneur.

Château-d'Œx, Hôtel de Ville, 20h-21h30
Entrée libre, sans inscription

Ces conférences sont gratuites et s'adressent à tous les publics. Sur demande, un interprète en langue des signes peut être engagé, il est nécessaire de s'annoncer au minimum 10 jours ouvrables avant l'événement.

Les conférences se déroulent aux lieux indiqués ainsi qu'en vidéoconférence (lien pour participer sur www.gruyerepaysdenhaut.ch). Aucune inscription n'est requise, des informations peuvent être obtenues au + 41 (0)848 110 888



Expériences et création

GROUPES



Vendredis 17 mai et 1^{er} septembre 2023

RENCONTRE AVEC LE PEUPLE CHEVAL

Carine Morier-Genoud, équicoach, vous accueille en pleine nature, entourée par ses chevaux qui y vivent en liberté. Observer la dynamique du troupeau et découvrir comment les chevaux communiquent entre eux. Enfin, entrer en contact avec un cheval et interagir à pied avec lui. A coup sûr, un voyage intérieur, joyeux et puissant.

Château-d'Œx, 8h15-12h30

Dès 12 ans

Minimum 5 personnes, 8 personnes maximum

Tarif : dès 12 ans 65.- ; inscriptions obligatoires



Dimanche 20 août 2023

NATURE ET SENSATIONS À LA VIDEMANETTE

L'association *Capdenho* œuvre pour rendre accessible des activités de loisirs aux personnes en situation de handicap. En été, leurs *Cimgo* dévalent les pistes du Pays-d'Enhaut. Stéphane Genet, accompagnateur en montagne, leur prête main forte pour offrir une sortie unique, accessible à tous. Une descente, en *Cimgo* pour les personnes en situation de handicap et en VTT pour les autres, riche en sensations fortes et ponctuée de moments d'observation de la nature et des forêts exceptionnelles de cette région.

La Videmanette, 9h15-12h30

Personne en situation de handicap (*Cimgo*) dès 5 ans, accompagnant en VTT dès 16 ans

Minimum 6 personnes, 12 personnes maximum

Tarifs (ne comprennent pas la remontée en télécabine) : activités offertes aux personnes en situation de handicap en *Cimgo*, accompagnant (dès 16 ans) 50.- ; inscriptions obligatoires

GROUPES



Vendredis 13 octobre, 1^{er} décembre 2023, 2 février 2024

LA CHOCOLATERIE DE GRUYÈRES : ATELIER CHOCOLAT ET VIN

Lorsque l'on parle de grand cru, on oublie souvent le chocolat. Cet atelier y place vin et chocolat sur un pied d'égalité ! Avant la démonstration du processus qui va voir la fève de cacao amère se transformer en délicieux chocolat, chacun fabrique sa propre tablette et l'agrément à son goût. Puis, place à la découverte d'accords surprenants de vins associés à différents chocolats spécialement choisis. Une manière idéale de bien commencer le week-end !

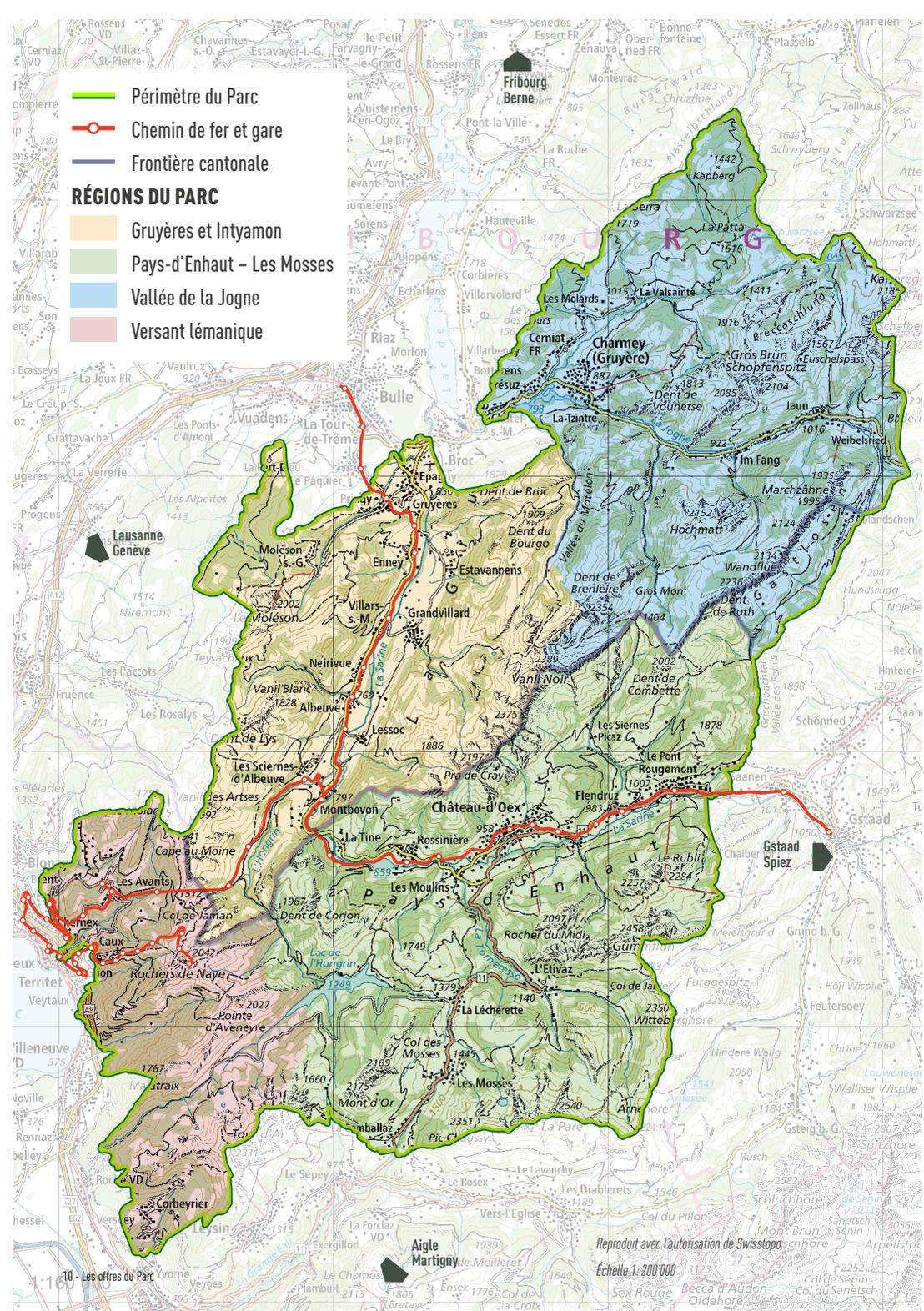
Chocolaterie de Gruyères, Pringy (gare), 18h15-19h50

Dès 18 ans

Minimum 8 personnes, 15 personnes maximum

Tarif : 40.- ; inscriptions obligatoires





- Périmètre du Parc
 - Chemin de fer et gare
 - Frontière cantonale
- RÉGIONS DU PARC**
- Gruyères et Intyamons
 - Pays-d'Enhaut – Les Mosses
 - Vallée de la Jogne
 - Versant lémanique



4 régions, 3 cantons, 2 langues: 1 Parc

Le Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut s'étend sur 630 km² entre Bulle, Gstaad, Montreux et Aigle. Son territoire, bilingue, se situe sur les cantons de Fribourg, Vaud et Berne.

Avec 17 communes membres réparties en 4 régions, le périmètre du Parc comprend quelque 16'000 habitants (OFS, 2021).

Vallée de la Jogne (Fribourg et Berne)

Abländschen (Saanen), Châtel-sur-Montsalvens, Crésuz, Jaun et Val-de-Charmey

Gruyères et vallée de l'Intyamons (Fribourg)

Bas-Intyamons, Grandvillard, Gruyères et Haut-Intyamons

Pays-d'Enhaut – Les Mosses (Vaud)

Château-d'Oex, Les Mosses (Ormons-Dessous), Rossinière, Rougemont

Versant lémanique (Vaud)

Corbeyrier, les hauts des communes de Montreux, de Veytaux (avec le Château de Chillon) et de Villeneuve



www.gruyerepaysdenhaut.ch

Informations sur les animations et inscriptions :

+41 (0)848 110 888, inscriptions@gruyerepaysdenhaut.ch

Parc naturel régional Gruyère Pays-d'Enhaut

Place du Village 6 | 1660 Château-d'Œx

t. +41 (0)26 924 76 93 | info@gruyerepaysdenhaut.ch

Avec le soutien de la Loterie Romande

